

Okruhy otázek pro státní závěrečné zkoušky

Učitelství výchovy ke zdraví pro 2. stupeň základních škol

OKRUH DISCIPLÍN ŽIVOTNÍHO STYLU A ZDRAVOTNĚ VĚDNÝCH

1. Zdravotní politika a podpora zdraví v ČR, prevence a podpora zdraví ve světě

Vymezení pojmů zdravotní politika, podpora zdraví, ochrana zdraví, prevence a zdravotní výchova. Vývoj podpory zdraví v ČR, Národní program zdraví, NEHAP, Zdraví 21, Zdraví 2020, Strategie veřejného zdraví. WHO, vývoj podpory zdraví, Zdraví pro všechny, Zdraví 21, podpora zdraví a Evropská Unie.

2. Strategie prevence a podpora zdraví ve vzdělávacím systému ČR

Vymezení pojmů, primární, sekundární, terciální prevence (či všeobecná, selektivní a indikovaná prevence). Význam včasného odhalení rizikového chování a sociálně patologických jevů; screening, příklady. Strategie prevence rizikových projevů dětí a mládeže v působnosti resortu MŠMT ČR (primární prevence - cílové skupiny, rizikové projevy chování).

3. Primární prevence v českém školství

Minimální preventivní program (tvorba, evaluace a diagnostika). Program škola podporující zdraví (vznik, cíl programu, základní pilíře, zastoupení škol podporujících zdraví v ČR, systém udělování licence).

4. Přístupy k prevenci rizikového chování. Volný čas a prevence u dětí a mládeže

Modely a typy rizikového chování. Koordinace a spolupráce institucí v prevenci rizikového chování. Primární a sekundární skupiny a jejich vliv na dospívající. Formy aktivit volného času, volnočasové aktivity sportovního a nesportovního charakteru, subjekty angažované ve volnočasových aktivitách. Rizikové trávení volného času u dětí a mládeže.

5. Rizikové chování v jednotlivých oblastech I

Nejčastější typy rizikového chování - zneužívání alkoholu, kouření a dalších omamných a psychotropních látek; nelátkové závislosti (netolismus, patologické hráčství aj.); rizikové chování na internetu; - agresivita; šikana; záškoláctví - časná a pozdní rizika v kontextu bio-psycho-sociálního zdraví. Prevence na třech úrovních (všeobecné, selektivní i indikované). Vývoj tohoto rizikového chování v ČR i zahraničí.

6. Rizikové chování v jednotlivých oblastech II

Nejčastější typy rizikového chování - poruchy příjmu potravy (mentální anorexie, mentální bulimie, moderní poruchy příjmu potravy); rizikové sexuální chování - časná a pozdní rizika v kontextu bio-psycho-sociálního zdraví. Prevence na třech úrovních (všeobecné, selektivní i indikované). Vývoj tohoto rizikového chování v ČR i zahraničí.

7. Projekty podpory zdraví

Zásady přípravy projektů podpory zdraví - plánování a příprava projektu, vypracování záměru projektu, organizace, předpoklady, jak dosáhnout efektivního projektu, zásady hodnocení projektu – plán hodnocení, druhy hodnocení, dlouhodobý efekt projektu, hodnocení poměru efekt versus cena. SWOT analýza projektu.

8. Výživová specifika jednotlivých populačních skupin I.

Kvalitativní a kvantitativní nároky na výživu těhotné a kojící ženy; výživové potřeby novorozence a kojence – kojení, umělé formule, zavádění nemléčných příkrmů; výživa v období batolete.

9. Výživová specifika jednotlivých populačních skupin II.

Nutriční a kvalitativní nároky výživy u dětí předškolního věku, mladšího a staršího školního věku. Systém školního stravování v ČR, spotřební koš. Desatero dětské výživy. Výživa u dospívajících dívek a chlapců s ohledem na životní styl a pohybovou aktivitu.

10. Výživová specifika jednotlivých populačních skupin III.

Výživové potřeby dospělé populace s ohledem na pohlaví, profesi a životní styl. Zásady zdravé výživy, aktuální problematika zdravého způsobu stravování. Výživová doporučení. Problematika výživy u lidí ve stáří.

11. Výživa a zdraví

Výživa jako prevence vzniku civilizačních chorob (nádorová, kardiovaskulární, metabolická onemocnění). Problematika výživy u vybraných onemocnění (diabetes mellitus, celiakie, fenylketonurie, onemocnění trávicího traktu, aj.). Potravinové alergie. Dietní systém ve zdravotnických zařízeních.

12. Sexuální výchova v minulosti a současnosti

Lidská sexualita, sexuální pud, sexuální potřeba a sexuální chování. Sexuální výchova – definice a význam. Historie výuky sexuální výchovy v českém školství. Cíle sexuální výchovy. Principy sexuální výchovy. Témata sexuální výchovy v systému vzdělávání v ČR.

13. Sexuální norma a sexuální deviace

Sexuální identifikace, orientace a chování. Charakteristika sexuálních deviací, jejich klasifikace, diagnostika, etiologie, terapie, příklady (pedofile, fetišismus, fušerství, voyeurismus, transvestitismus, exhibicionismus aj.). Rizika těchto deviací pro děti a dospívající. Ochrana dětí před sexuálními deviacemi.

14. Sexuální delikvence (kriminalita)

Charakteristika sexuálního deliktu, trestní úprava těchto činů, příklady sexuálních deliktů. Otázka znásilnění z hlediska pachatele, oběti a prostředí. Syndrom sexuálně zneužívaného dítěte (CSA) – formy zneužívání, pachatel, oběť, prostředí (rizikové situace a rodiny), projevy následky, prevence.

15. Problematika pohybového aparátu v dětství a dospívání

Osifikace, lebka novorozence, zevní a vnitřní faktory ovlivňující růst, růstové poruchy, vývoj kostry v dospívání, problematika fyziologické zátěže a adaptace pohybového aparátu v jednotlivých věkových obdobích.

16. Problematika orgánových soustav v dětství a dospívání

Anatomické a fyziologické zvláštnosti soustavy trávicí, dýchací, vylučovací a pohlavní.

17. Problematika oběhového a imunitního systému v dětství a dospívání

Fetální krevní oběh, adaptace krevního oběhu po narození, změny fyziologických hodnot srdeční frekvence, tlaku krevního, hematologických hodnot, novorozenecká žloutenka, zvláštnosti imunitního systému v dětství.

18. Problematika nervového, smyslového a endokrinního systému v dětství a dospívání

Hormonální ovlivnění růstu, účinky jednotlivých hormonů, juvenilní diabetes mellitus, poruchy smyslového vnímání v dětství, vývoj neuro regulačních mechanismů.

19. Hygiena a epidemiologie. Epidemiologie infekčních nemocí

Vymezení základních pojmů. Systém orgánů ochrany veřejného zdraví. Epidemiologická situace v ČR ve srovnání s ostatními zeměmi. Infekce, infekční a epidemiologický proces formy výskytu. Očkování, očkovací látky, techniky očkování. Epidemiologická opatření zaměřená na eliminaci zdroje nákazy a přerušení cesty přenosu. Epidemiologická opatření zaměřená na zvýšení odolnosti populace. Infekční choroby související se sociálním prostředím, migrací a cestovním ruchem.

20. Vybraná infekční onemocnění v rámci pedagogického procesu

Příklady *Alimentární nákazy* (salmonelóza, kampylobakteriíza, průjemová onemocnění vyvolaná *Escherichia coli*). *Sexuálně přenosné choroby* (STD) – (HIV/AIDS, kapavka, syfilis, trichomoniáza, genitální herpes atd.). *Respirační infekce*. *Zoonózy* (vzteklina, tularémie, toxoplasmóza). *Infekce přenášené členovci* (klíšťová encefalitida, Lymeská borelióza). *Parazitární onemocnění* (roup dětský, škrkavka, veš dětská). *Dětská exatémová onemocnění*. *Infekce kůže a sliznic* (svrab, kandidóza, dermatomykózy). Původce, cesta přenosu, preventivní opatření.